

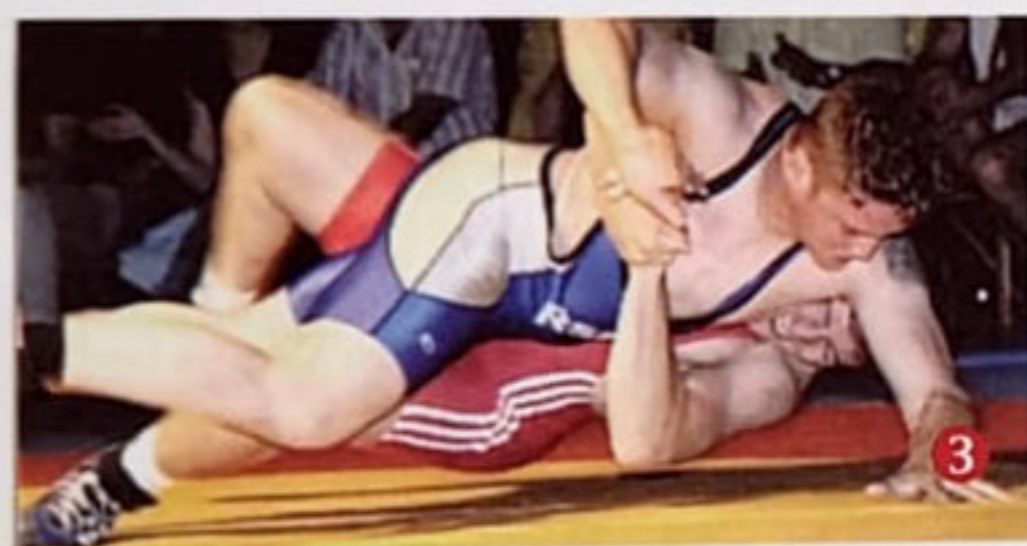
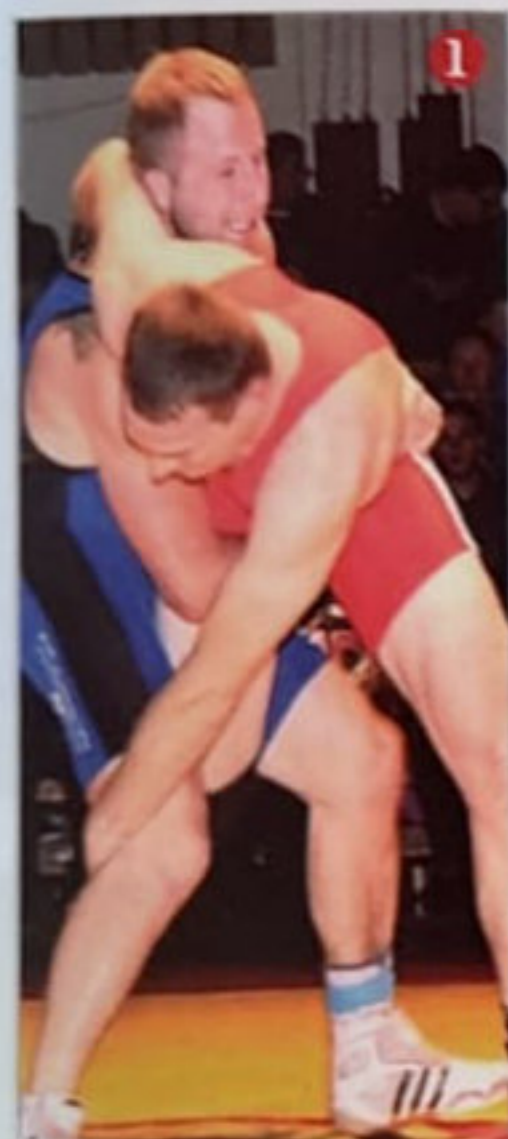
# Grischa RiKidz auf die Matte!

Vier ehemalige einheimische Spitzenringer wollen ihre Erfahrung und ihr Können an Kinder in unserem Dorf weitergeben und damit eine alte Tradition aufleben lassen. Die neue Schwinghalle bietet dafür Platz.

HANS GEISSELER TEXT

## Die nationalen Spitzenringer...

Mirco und Sandro Moser, Roman Büchel und Marco Derungs haben eine gemeinsame Vergangenheit: Viele Jahre lang reisten sie mehrmals während der Woche nach Kriessern zum Ringertraining; alle waren erfolgreiche Ringer im Einzel und im Team der Ringerstaffel Kriessern; alle waren Schweizermeister und mehrfache Medaillengewinner auf nationaler Ebene. Und jetzt sind alle älter geworden, haben Familie und Kinder, und wollen die Faszination ihres Sports an die Kidz weitergeben.



1: Sandro Moser; 2: Roman Büchel; 3: Marco Derungs; 4: Mirco Moser FOTOS: ZVG

## ... wollen Kids zum Ringsport animieren

Mirco und Sandro Moser, Roman Büchel und Marco Derungs haben eine gemeinsame Vision: Sie möchten in Untervaz für die Kinder das sportliche Angebot erweitern und ihnen die Möglichkeit bieten, das Ringen zu erlernen, Ringen als fairen Zweikampfsport kennen zu lernen. Ringen heisst Kraft, Ausdauer, Koordination, Geschick, Technik, aber auch Disziplin zu trainieren und letztlich auf der Matte gegen den Gegner erfolgreich umzusetzen. Der Spass an der Bewegung und die Förderung des Selbstvertrauens sind bei den vier Ringern aber weit oben auf der Liste angesiedelt. «Die Kinder sollen sich im Zweikampf messen und sich dabei vom passiven (Schul-)Alltag abreagieren können», so äussern sich die Protagonisten gegenüber der VazerZüchtig. Die Verantwortlichen von RiKidz in Untervaz wollen offen sein für alle Buben und Mädchen aus der Region im Alter



Sich kennenlernen und aufwärmen, dann werden die ersten Griffe erlernt: Mirko und Roman zeigen vor, die Kids machen mit viel Eifer nach. FOTOS: HANS GEISSELER



von fünf bis zehn, maximum 12 Jahren, und sie spielerisch in die Sportart Ringen einführen. Der Stützpunkt in Untervaz ist organisatorisch als Farmteam aufgestellt, angegliedert an die Ringerstaffel Kriessern, die auch die spezifischen Investitionen für die Schwinger in der neuen Halle getätigt hat. Die Vision der vier ehemaligen Spitzenringer wird umgesetzt: Ende Januar luden sie zu einem Schnuppertraining in die neue Schwinghalle ein. Und sie kamen, die jungen Maitli und Buaba! Und nach dem Kennenlernen und dem Aufwärmen wurden bereits die ersten Griffe und Züge trainiert. Und wer weiss, ob sich nicht bereits neue Meister des Ringens unter den Kids befinden.

**RiKidz-Training jeweils montags  
von 17.45 Uhr bis 19.00 Uhr  
in der neuen Schwinghalle Untervaz**

